دوالیسم در تجربه‌گرایی

چطور باعث درک ناقص از مفهوم احساسات شده؟

نویسنده

ارغوان حضرتی

دوالیسم در تجربه گرایی، چطور باعث درک ناقص از مفهوم احساسات شده؟

فهرست به صورت هایپرلینک طراحی شده و با کلیک روی هر بخش میتونید به صفحه‌ی مربوط بهش منتقل بشید.

مقدمه

"تجربه گرایی فلسفه ای است که بر نقش تجربیات در شکل گیری دانش، درک و معنا تاکید میکند. این فلسفه ادعا میکند که تجربیات ما، چه فردی و چه جمعی، در شکل دادن به ادراکات، باور ها و اعمال ما اساسی هستند. تجربه گرایی اغلب در مقابل روشنفکری قرار میگیرد که بر استدلال انتزاعی و فرآیند های شناختی به عنوان ابزار اصلی درک جهان تاکید میکند."

"دوالیسم یک عقیده ی فلسفی است که معتقد است دو نیرو یا مفهوم متضاد در جهان وجود دارد و این دو مفهوم با یکدیگر در تناقض هستند. در فلسفه ی دوالیسم، ممکن است به معنای تضاد بین خوب و بد، روح و جسم، ذهن و ماده و غیره اشاره شود. به عبارت دیگر،

دوالیسم به وجود دو مقوله ی متضاد و ضدی در جهان، اشاره میکند."

دو کلمه ی دوالیسم و تجربه گرایی جزو کلماتی هستند که در فرهنگ عمومی یا حداقل در زبان فارسی، کاربرد زیادی ندارن و جزو کلمات خاص در علوم انسانی به حساب میان.

کلمه ی "دوالیسم" یک معادل فارسی به حساب نمیاد و صرفا چون به این شکل در زبان فارسی شناخته شده و میتونه به سرعت به یک سری گزاره در مورد دوالیسم اشاره کنه، در اینجا به کار رفته. چون این کلمات اصولا سرفصل مفاهیمی نیستن که در زبان فارسی ساخته و غربال شده باشن.

با این وجود، معادل انگلیسی کلمه ی تجربه گرایی در زبان فارسی چندان رایج نیست و یاد کردن ازش چه به زبان فارسی و چه انگلیسی،

کمکی به تجسمش نمیکنه. با این وجود، حس کردم که استفاده از معادل فارسیش شاید بتونه کمی مفید تر باشه و تا حدی، مفهوم پشت این کلمه رو ساطع کنه.

این کتاب به طور کلی در مورد احساساته و خارج از عرف آکادمی نوشته شده. سیر مطالعاتی این کتاب هم از کتاب هایی در مورد موجودات فضایی، سیارات و سطوح تکاملی دیگه شروع شده.

شاید بهتر باشه که بگیم این کتاب اصلا خطاب به مردم زمین نوشته نشده و خیلی وقته که اصلا مردم زمین رو خطاب قرار نمیدم. چند سالی هست که کتابایی رو برای مردم ابعاد و سیارات دیگه مینویسم و به دنبال پیدا کردن مخاطب زمینی هم نیستم. اگر به عنوان یه بشر زمینی، به طور اتفاقی گذرتون خورد و این کتابو خوندید، این مقدمه کمکتون میکنه که چندان از دیدن محتوا تعجب نکنید.

.

.

.

نقطه ی شروع این سیر مطالعاتی

اولین موضوعی که باعث شد تجربیات و افکارمو ثبت کنم، خواب‌ها بودن. خواب ها به عنوان تجربه ای ذهنی که به ما کمک میکنن تا احساسات درونی موجودات رو درک کنیم.

خیلی زود، احساس کردم که مطالعه ی خواب ها وابسته به اینه که درک عمیق تری نسبت به مفهوم احساسات داشته باشیم. اما ناکارآمدی دسته بندی های رایج باعث شد تا حس کنم لازمه برخی از پارامتر ها مورد تجدید نظر قرار بگیره و اگر میخوام که به مفهوم خواب ها دست

پیدا کنم، لازمه که نگاه نقادانه ای به این شیوه های دسته بندی داشته باشم.

معمولا دسته بندی احساسات یک دوگانه گرایی یا دوالیسم ناسالم رو در بر داره. احساسات به دو دسته ی خوب و بد دسته بندی میشن. در این دسته بندی ها، عموما احساساتی مثل لذت، شادی، اشتیاق و امید، جزو احساسات مثبت و احساساتی مثل اندوه، غم، ناراحتی، ناامیدی و تنهایی جزو احساسات منفی شناخته میشن.

این نوع دسته بندی ها ناکارآمدی خودشون رو عمدتا در جایی نشون میدن که ما سعی میکنیم تجربیات خودمون رو مرور کنیم و ببینیم که چطور میشه این تجربیات رو بهبود بخشید. در واقع وقتی که سعی میکنیم تا تجربیات خودمون رو مورد کالبد شکافی قرار بدیم، متوجه میشیم که برخی احساسات که به عنوان حس مثبت شناخته شدن، به هیچ عنوان نتونستن برامون تجربه ی خوبی درست کنن، در حالی که برخی

احساسات که به عنوان حس منفی شناخته شدن، وجودشون لزوما آسیبی به ما نزده و حتی حس میکنیم که علاقه داریم در معرض تجارب مشابهی قرار بگیریم که این احساسات رو درون ما زنده میکنن.

در فرهنگ عمومی، یک سری جوک با الگوی مشابه وجود داره که اتفاقا بعضی ها اعتقاد راسخی بهشون دارن. مثلا میگن که اونایی که اسمشون مهدی هست، آدمای دروغ گو و دغل بازی هستن. یا افرادی که متولد فلان ماه هستن، موجودات ناخوش آیندی هستن.

این در حالیه که میشه به راحتی براشون مثال هایی رو پیدا کرد که می تونن این گزاره ها رو رد کنن و فارغ از اون، هیچ دلیل روشنی وجود نداره که چرا مثلا یه فرد متولد مرداد باید آدم ناخوش آیندی باشه.

شاید بشه گفت، ماه مرداد به خودی خود نه ماه تولد خوبیه و نه ماه تولد بد. افرادی که توی این ماه به دنیا اومدن می تونن انتخاب کنن که چه ویژگی هایی داشته باشن و چطور زندگی کنن.

این اتفاقی هست که در مورد احساسات هم رخ داده. ما آدما موجودات خونگرمی هستیم که حس لذت رو ستایش میکنیم. برخی از ما حاضریم حتی به خودمون یا دیگران آسیب بزنیم تا بتونیم حس لذت رو خیلی بیشتر تجربه کنیم.

حتی اگر طبع خونسردی داشته باشیم ممکنه تحت تاثیر حرفای بقیه، تصمیم بگیریم که به غربال احساس لذت در زندگیمون بیشتر توجه کنیم و حتی برای بیشتر تجربه کردن حس لذت، سراغ کارایی بریم که ریسک زیادی دارن.

تا حالا از خودتون پرسیدید که تجارب، چطور برای ما احساسات مختلفی رو ایجاد میکنن؟ چه

فرقی بین تجربه و احساس وجود داره؟ چرا تکرار یک تجربه لزوما نمی تونه احساسات مشابهی رو در دو فرد به ظاهر مشابه ایجاد کنه؟

احساس، مفهوم مشابهی با تجربه پیدا کرده؛ ولی میشه گفت که احساس، نسبت به تجربه، یک مفهوم انتزاعی تر به حساب میاد. ایجاد تجارب به ظاهر مشابه، کار ساده تری میتونه باشه اما ایجاد احساسات مشابه، کار پیچیده ای به نظر میرسه. این پیچیدگی از اونجایی نشات میگیره که ما دقیقا نمی دونیم احساس، دقیقا چیه و چطور کار میکنه یا چطور میشه ازش استفاده کرد. ما صرفا به صورت ناخودآگاه تحت تاثیر این مفهوم گسترده و عمیق هستیم و ذهنمون مدام در حال دریافت و تولید احساسات مختلفه.

میشه اینطور گفت که ما کنترل چندانی روی احساسات خودمون نداریم و این موضوع وقتی مشکل ساز میشه که ما در معرض دریافت یا

تولید احساسات شدید قرار میگیریم. این احساسات، به طور مستقیم در قالب انرژی، ظاهر میشن. انرژی ای که شاید در ابتدا صرفا یک مفهوم ذهنی باشه اما در ادامه میتونه حتی روی فعالیت بدن فیزیکیمون هم تاثیر بذاره.

.

.

.

آنتی ویتالیسم به چه الگوی مشترکی در زمینه ی نابهنجاری اشاره داره؟

نابهنجاری، زمانی که در یک ارگان زنده ظاهر میشه، الگوهای متفاوتی رو به نمایش میذاره که عمدتا انتظار داریم با احساس رنج، خودنمایی کنن.

این رنج میتونه در بازه های زمانی مختلفی به نمایش در بیاد، درست مثل بیماری هایی که در ابتدا و در سال های ابتدایی رشدشون، هیچ نمود خاصی حاکی از رنج ندارن. این رنج آور نبودن باعث میشه که فرد مبتلا، در بسیاری از موارد پیگیر وضعیت سلامتیش نشه یا اگر هم متوجه بشه، واکنشی نسبت به موضوع، نشون نده.

اما زمانی که نابهنجاری پدیدار میشه، فرد رو به تکاپو میندازه تا از دیگران کمک بخواد یا سعی کنه یک روش درمانی رو پیدا کنه.

نابهنجاری عمدتا یک الگوی خورنده داره، اون شما رو وادار میکنه که از جایی، یک انرژی حیاتی کسب کنید، همچنان که خوده نابهنجاری، برای بقای خودش شروع میکنه به آسیب زدن به ارگانیسم های زنده و فرد رو بیش از پیش از پا میندازه. میشه گفت که نابهنجاری عمدتا نوعی رفتار انگلی رو از خودش بجا میذاره و بدون

اینکه حضورش مشروعیت پیدا کنه یا ما اجازه شو صادر کنیم، شروع میکنه به تغذیه کردن از انرژی حیاتی ما.

ویژگی مشترک نابهنجاری های روانی، انتزاعیه و به سختی میشه بسیاری از این نابهنجاری ها رو شناسایی کرد. این موضوع، باعث شده تا طراحی شیوه های درمانی هم با مشکلات و موانع مختلفی رو به رو بشه.

ما انسان ها در زمینه ی شناخت بدن فیزیکی هم هنوز با موانع و رمز و راز های زیادی رو به رو هستیم و هنوز به دنبال شیوه های درمانی ای میگردیم که بتونن ما رو به نابهنجاری های فیزیکی، به طور کامل غالب کنن. اما در زمینه ی روان درمانی، دست خیلی خیلی پایین تری داریم و این موضوع برمیگرده به ناشناخته بودن روان انسان.

بسیاری از نابهنجاری هایی که لازمه باهاشون رو به رو بشیم، نتایج وسیع و دامنه داری دارن که تاریخ ما رو درگیر خودشون کردن. شما به عنوان یک روان درمانگر، چه راهکاری برای فردی دارید که قربانی نژاد پرستی یا جنسیت زدگی یا سیستم های سرمایه داری شده؟ صرفا می تونید به مراجع خودشون بگید که بیخیال باشه یا بره سراغ کارایی که روحیه شو بهتر میکنه یا بهش یه سری قرص بدید تا بتونه کمی نسبت به وضعیت اطراف خودش بیخیال بشه و غدد بدنشو تحریک کنه به تولید بیش از پیش هورمون های شادی آور.

اندیشه های نابهنجاری که یک جامعه و تاریخشو درگیر کرده، اندیشه هایی نیستن که از ابتدای تاریخ بر روی لوحی الهی ثبت شده باشن، اونا در واقع ساخته ی دست بشرن و کاملا واضحه که بسیاری از این سازنده ها، افرادی بودن که از مشکلات روانی متعددی رنج میبردن. انفعال ما

در برابر حضور چنین اندیشه هایی نمی تونه کاری از پیش ببره.

آنتی ویتالیسم، یک کلمه برای اشاره به الگوی مشترک درون اندیشه های نابهنجار هست که می تونن یک جامعه رو درگیر خودشون کنن. این کلمه اشاره به رفتار مشترک نابهنجاری ها داره. اندیشه های سرمایه دارانه، جنسیت زده و نژاد پرستانه و اندیشه های نابهنجار دیگه، بیش از هر چیز به دنبال بهره کشی از روح موجودات زنده هستن.

این همچنین توصیف کننده ی یک فرق اساسی بین یک موجود در حال رشد با موجودی هست که در حال تجربه ی نوعی عقبگرد تکاملیه. یا به عبارتی توصیف کننده ی یک جامعه ی در حال رشد یا جامعه ای هست که روز به روز، صرفا مردمش در رنج و ترس بیشتری زندگی میکنن و امیدی هم ندارن که به زودی بتونن وضعیت جمعی رو بهبود ببخشن. چون اصلا پروژه یا

برنامه ای رو نمیبینن که زیرکانه طراحی شده باشه و بخواد که وضعیتشون رو واقعا بهبود ببخشه.

در یک جامعه ی رو به افول، شما راحت تر میتونید اتفاقات بد رو پیش بینی کنید در حالی که احتمال کمی وجود داره که پیش بینی های مثبت شما درست از آب در بیاد. شما می تونید حدس بزنید که قراره همه چیز گرون تر بشه، قرار فاصله ی طبقاتی بیشتر بشه، قراره مردم به شکل بی حساب تری به زاد و ولد ادامه بدن و قراره که نسل بدی در وضعیت نابهنجار تری زندگی کنه. قراره که حس اعتماد و وفاداری کمتر بشه و مردم بیشتر برای کسب سود و بهره کشی با هم جفت گیری کنن. قراره کسب و کارهای بیشتری ایجاد بشن که صرفا نتیجه ی بازتولید اندیشه های سرمایه دارانه و به کار گرفته شدن "اولد مانی" هستن؛ نه لزوما نتیجه ی یک تیم خلاق و پیشرو که قصد داره تجربه ی

بهتری رو از طریق محصولات خودش برای مردم جامعه ایجاد کنه.

این وضعیت به این معنی نیست که شما سق سیاهی دارید یا یک پیشگوی بسیار بدبین هستید، شاید لزوما به این علته که شما نمی تونید یک جامعه ی نابهنجار رو به لحاظ منطقی، در یک آینده ی بهتر تجسم کنید.

می‌بینید؟ گذشته و آینده ی ما با کیفیت تجاربمون هست که تعریف میشه. احساسات و وضعیت روان ما، خودشو در قالب تجربه است که نشون میده. درک ناقص ما از مفهوم احساسات، میتونه تاثیر زیادی در بازتولید ناآگاهانه ی تجارب نامناسب داشته باشه. این لزوما چیزی نیست که یک سیاست مدار، قادر به توصیف و درکش باشه. این مهم ترین مساله در علم روانشناسی هست.

در سیاره ای مثل زمین، همه ی ما افراد سرمایه داری رو دیدیم که ظاهرا بر حسب اتفاق، در خونواده های بسیار ثروتمندی متولد شدن. افرادی که تا چندین نسلشون حتی نیاز خاصی برای کار کردن هم ندارن یا می تونن صرفا با سرمایه گذاری ثروت خودشون در مجراهای بخصوصی، ثروت خودشون رو با آهنگ خوبی افزایش بدن. ما میدونیم که این افراد، تجربه ی خوبی از زندگی دارن و لزوما نگرانی هایی مرتبط با گرسنگی یا نداشتن خونه و امکانات اولیه ی زندگی رو ندارن. اونا هیچ وقت از هزینه های درمانی نمیترسن و مجبور نیستن که به خاطر کمبود های مالی، از بسیاری از تجارب خوبی که می تونن داشته باشن بگذرن.

در عین حال اینو هم میدونیم که فقر و بدبختی بسیاری از مردم جامعه به خاطر خودخواهی و بیخیالی طیفی از جامعه صورت گرفته که نه فقط به وضعیت مادی بلکه به وضعیت فکری بقیه

اهمیتی ندادن و صرفا به شکل انگلی، سعی کردن که ثروت خونوادگی خودشون رو افزایش بدن.

نمونه های این افراد رو عمدتا در بین مدیرای جامعه یا افرادی میبینیم که با رای خوده مردم یا در نتیجه ی داشتن یک دوست یا فردی که باهاش نسبت خونی داشتن، تونستن در ساز و کار قدرت، بالا برن و پیشرفت کنن.

در فرهنگ عمومی، چنین افرادی صرفا منفور هستن و مردم دوست دارن که حتی فرصتی پیش بیاد که ازشون انتقام بگیرن و زجر و بدبختیشون رو ببینن. (که البته خیلی وقتا هم همچین فرصتی فراهم نمیشه) اما در دنیای روانشناسی، این افراد هم صرفا به عنوان یک بیمار شناخته میشن.

در فرهنگ عمومی، بسیاری از افراد، در مواجهه با چنین موجوداتی گاها استدلال میکنن که

لازمه خودشون هم بی رحم یا اصطلاحا "گرگ" باشن، اما یه روانشناس، پتانسیل اینو داره که به نحوه ی درک و درمان چنین افرادی فکر کنه.

حذف فیزیکی یک موجود نابهنجار، لزوما نمی تونه وضعیت یه جامعه رو بهبود ببخشه یا صرفا شاید تاثیرش در یک بازه ی زمانی کوتاه مدت باشه. چیزی مثل افسردگی، یک شخصیت نیست و در دوره های زمانی مختلف و تحت تاثیر تجارب مختلف، می تونه در افراد دیگه ای هم بازتولید بشه.

الگوهای انگلی، ابتکار عمل یک طیف خاص نیستن، میشه گفت همه ی ما بسته به تجاربی که در معرضشون هستیم مستعد دچار شدن به نابهنجاری های روانی مختلفیم. نه با دعا کردن و توکل و نه با بی تفاوتی، نمیشه انتظار داشت که چنین مشکلاتی پیش نیان یا برطرف بشن. ما فقط در صورتی می تونیم به مصونیت خودمون در مقابل همچین افرادی امیدوار باشیم که واقعا

با این نابهنجاری ها کار کنیم و قبل از اینکه قدرت بگیرن و زندگی مونو خراب کنن، الگوهای فکری رو شناسایی کنیم و از بین ببریم.

اندیشه های آنتی ویتالیسمی در واقع توصیف کننده ی نوع نابهنجار احساساتی هستن که می تونن خودشون رو در قالب رفتار هم نشون بدن و در چنین شرایطی، برای موجودات، تجربه های مختلفی رو خلق کنن.

.

.

.

اگر انرژی مورد نیازمون رو از دیگران نگیریم، چطور میتونیم گرسنگی خودمون رو برطرف کنیم؟

این اولین سوالی بود که سامحو، درست قبل از شروع کتاب آتش درون از من پرسید و نه تنها

سوال خودش بلکه سوال بقیه‌ی دوستانش هم بود. خیلی دوست داشتم که زمان به عقب برمیگشت و می تونستم این جواب رو همون موقع بهشون بدم، چون واقعا در اون لحظه، زیاد این سوال رو درک نکردم.

اونا به عنوان موجوداتی که کالبد فیزیکی نداشت، از انرژی به عنوان غذا یاد کردن و من چندان متوجه منظورشون نشدم. در واقع، برای من به عنوان یه بشر زمینی، غذا فقط یه چیز فیزیکی هست که میخوری تا شکمت سیر بشه و به اندازه ی یک روح، متوجه تاثیر انرژی های مختلف بر روی وضعیت روانیم نیستم.

اما کم کم حس کردم که منظور سامحو، احساساتی هست که میشه در نتیجه ی کسب تجارب مختلف، و از طریق تعامل با بقیه ی موجودات به دست آورد.

برای سامحو و دوستانش، در اون زمان، ایده این بود که به طریقی موجودات رو اذیت کنی تا بخشی از انرژی ذهنیشون آزاد بشه و فردی که بهشون حمله کرده، بتونه این انرژی رو جذب خودش کنه.

در واقع این یه عمل مختص روح ها نیست و ما آدم ها هم عمدتا انجامش میدیم. مثلا افرادی که از حس ریاست لذت میبرن و شروع میکنن به ایجاد زیر مجموعه ای از انسان های فقیر و نیازمند. افرادی که دیگران رو با جذابیت جنسی یا ثروت خودشون میخرن. این انسان ها، صرفا از زیر دستای خودشون منفعت جسمی و مادی نمیبرن بلکه احساسات قدرتمندی درونشون زنده میشه که میتونه بهشون حس قدرت، اعتماد به نفس و لذت هم ببخشه. (احساساتی که در ظاهر خیلی گرم یا پرشور و اشتها آورن ولی لزوما در تجارب مثبتی ظاهر نمیشن.)

چیزی مثل سو استفاده ی جنسی، همیشه یک طرف قربانی داره و یک نفر، تجربه ی بدی به دست میاره تا طرف دیگه خوشحال بشه. در دنیای انرژی درمانی، اصولا به این میگن دزدی انرژیکی.

به تاثیر به این اتفاقات، در دنیای روانشناسی، ممکنه آسیب روانی یا تروما هم گفته بشه.

در برخی فرقه های شبه عرفانی، به همچین افراد متجاوزی ممکنه بگن خورده ستمگر، یا در برخی مکاتب فلسفی ممکنه بهش بگن یک توهم یا صرفا طبیعت زندگی. شایدم حتی به جنسیت یا نژاد پستتون ربط داده بشه.

میبینید؟ در واقع تشخیص اینکه چه تجربه ای پشتوانه ی احساسی سالمی داره یا متجاوزانه است، اغلب به خاطر تفسیر های نادرستی که در مورد تجربه صورت میگیره، به مانعی جدی برخورد میکنه. ولی خب ما مجبور نیستیم با

همچین تفسیر های ناکارآمدی کنار بیایم و میشه تا زمانی که به یک توصیف و راه حل بهینه رسید، هر توصیف و ایده ای که تا الان بیان شده رو زیر سوال برد.

اینم یه جور مبارزه است، صرفا فرقی با شکل کلاسیک مبارزه در اینه که نه لزوما برای محافظت از یه سیاره یا نژاد بخصوص، بلکه برای برای مراقبت از روح هر موجود زنده ای داره انجام میشه. وگرنه حتی در جریان چنین مبارزات فکری ای، خون و خونریزی هم رخ میده و نویسنده های زیادی بودن که صرفا به خاطر نوشتن یه حرف که به مزاج یه سازمان یا نژاد بخصوص خوش نیومده، دار فانی را وداع گفتن.

البته من صرفا در سطح انرژیکی مزاحمت زیادی دارم و خداروشکر بیشتر موجوداتی که باهام مشکل دارن فعلا در سیاره‌ی زمین فاقد بدن فیزیکی هستن و قوانین کیهان هم بهشون اجازه نمیده بیان اینجا و منو سر به نیست کنن.

آدمای اطرافمم درسته روح خدادوستی ندارن ولی قدرتشون کمه و منم دوستای خودمو دارم که تا جایی که اجازه شو داشته باشن و بتونن کمکم میکنن. ولی خب اگر شما روحای بی ادب موفق شدین که روزی منو بکشین هم اتفاق خاصی نمی افته. صرفا روحم از این سیاره ی کسل کننده و رو به افول به جایی میره که سامحو حضور داره.

اگر امروز، سوالی که سامحو پیش از شروع کتاب آتش درون پرسید رو دوباره بشنوم، جواب رو با همچین جمله ای شروع میکنم: ما انگل نیستیم.

.

.

.

ما انگل نیستیم

این فقط یک الگوی رایج در جوامع رپتالی نیست بلکه در بسیاری از جوامع دیگه، ایده ی رایج برای رسیدن به احساسات و تجارب خاص، استفاده ی انگلی و متجاوزانه از بقیه ی موجوداته.

در همین سیاره ی زمین، از بچگی، ما رو برای تبدیل شدن به نوعی انگل پرورش میدن. در برخی مواقع، ما معتاد شیوه های انگلی میشیم و در برخی مواقع، صرفا از روی احساس ناچاری به این شیوه ها تن میدیم. در هر دو صورت، برخی پیامد ها اجتناب ناپذیرن.

شیوه ی انگلی فقط تا زمانی جواب میده که شما یک طعمه داشته باشید که از انرژی حیاتی خوبی برخوردار باشه. این شیوه حتی میتونه برای افرادی که در جوامع ما از قدرت بسیار زیادی برخوردارن هم در برهه ای کاملا ناکارآمد بشه. فکر میکنید بسیاری از سیاست های افزایش جمعیت به چه منظور صورت میگیره؟ چرا ملت هایی که فقر و گرونی زیادی درونشون جریان

داره بعضا شروع میکنن به تشویق آدما برای اینکه بیشتر تولید مثل کنن؟

آدما صاحب نیروی حیاتی هستن و وقتی که تحت تجاوز قرار بگیرن، میشه این نیرو رو تا حد زیادی ازشون گرفت و مورد استفاده قرار داد. بچه های شما می تونن تبدیل به نیروی کار ارزون یا کارفرماهایی بشن که در یک سیستم هرمی، خواسته ی بالا دستی های خودشون رو بی چون و چرا برآورده میکنن.

نکته ی اول برای خارج شدن از چنین ساز و کار هایی اینه که باور داشته باشیم ما موجودات انگلی نیستیم و نیازی نداریم که انرژی حیاتی مورد نیاز خودمون رو از طریق تجاوز به دیگران به دست بیاریم. ما مجبور نیستیم برای بقیه تجارب بدی رو ایجاد کنیم تا بتونیم احساساتی مثل لذت یا قدرت رو خلق کنیم.

خب الان با خودت میگی که چطور می تونم توی خونه بشینم و بدون اینکه با بقیه ارتباط بگیرم دست به خلق تجربه بزنم؟ اگه بقیه قرار نیست انرژی منو تامین کنن، پس کی میخواد این کارو انجام بده؟ بازار بر همین مبنا بوده و هست، بخور تا خورده نشی، گرگ باش وگرنه شکار میشی. همیشه ضعیف تر ها مغلوب موجودات قوی تر میشن.

خب این ایده ها هم جالبن، صرفا مشکلم باهاشون اینه که موفق شدن به کمک همچین الگوهایی مستلزم شانس هم هست. به طور مثال من تا جایی میتونم زیر مجموعه جمع کنم که از یک خانواده ی بانفوذ یا ثروت خوبی برخوردار باشم، وگرنه رقبای قوی تر ممکنه هر لحظه منو بخورن. اگه مریض بشم چی؟ اگه پیر بشم چی؟ اگه بر حسب اتفاق، ثروتمو از دست بدم یا حمایت خونواده مو از دست بدم چی؟ توی همچین جامعه ای، چرا باید کسی به من

اعتماد کنه و چرا من باید به کسی اعتماد کنم و باهاش برای گسترش کسب و کارم کار کنم؟ در این جامعه، شانس خیلی مهمه. و اگر شانس کافی نداشته باشم، باید زجر بکشم.

تکیه به شانس، یک روی تاریک و اجتناب ناپذیر داره، در حالی که وقتی تلاش میکنیم، انتظار داریم که تحت یک الگوی منطقی به سود برسیم، نه اینکه یهو یکی از ناکجا آباد بیاد و به زندگیمون تجاوز کنه یا یه نفر صرفا به خاطر اینکه نسبت خونی قوی تری داره، بیاد و جای ما رو توی یک شغل خوب بگیره.

جوامع ما ازمون میخوان که انگلی رفتار کنیم ولی ما انگل نیستیم. موجودات زیادی توی این دنیا هستن که خودشون یک نقش مولد رو دارن و اینقدر ثروت فکری درست میکنن که حتی افراد درون یک تمدن و سرزمین هم از مزیت کار فکریشون بهره میبرن و به کمک الگوهای پیشنهادی اون فرد، دست به خلق تجربه میزنن.

ثروت، دقیقا به همین شکله که درست میشه. ثروت، در اصل با زاد و ولد بیشتر تولید نمیشه، زاد و ولد بیشتر، صرفا چرخه های هرمی و انگلی رو ممکنه تقویت کنه ولی لزوما ارتباطی با تولید ثروت نداره.

تولید مثل، صرفا یک روش برای کسب تجربه است که اونم در صورتی که با آگاهی و در شرایط مناسب انجام بشه می تونه به غنی تر شدن والدین یا جامعه هم کمک کنه.

وگرنه الان کشورا و ملتای زیادی روی همین سیاره ی زمین هستن که حسابی هم زاد و ولد میکنن، ولی لزوما مردمشون ثروتمند به حساب نمیان و فاصله ی طبقاتی زیادی رو دارن تجربه میکنن.

.

.

.

همه چیز برای کسب تجربه ی بهتره

احتمالا شنیدید که برخی عقیده دارن چیزایی مثل نیاز به غذا یا تولید مثل یا جفت گیری، جزو نیازای اساسی و اجتناب ناپذیر؛ و چیزایی مثل نیاز به اکسسوری یا کتاب یا خدمات زیبایی جزو نیازای تجملی و غیر ضروریه. ولی یه موجود که جرات انجام کاری مثل خودکشی رو داشته باشه میدونه که حتی غذا خوردن هم صرفا روشی برای لذت بردن از زندگیه و هیچ چیز، ما رو ناچار نمیکنه که برای رسیدن بهش، حقارت بکشیم یا کارایی رو انجام بدیم که دوست نداریم.

در اینجا نمی خوام عمل خودکشی رو توجیه کنم و بگم که یه عمل کاملا پسندیده و معنویه، صرفا قصد دارم بگم که احساسی که ما در چنین تجاربی جست و جو میکنیم، بعضا میتونه درگیر رویکرد های به شدت اشتباهی بشه که تاثیر

بذیرفته از درک ناقص ما نسبت به مفهوم احساساته.

غذا هم میتونه برای ما لذت بخش باشه اما شما یه حد خاصی می تونید غذا مصرف کنید و اگر دوست دارید لذت بیشتری رو تجربه کنید و مریض نشید، می تونید برید سراغ جفت گیری، اگه جفت گیری کافی نبود، می تونید برید سراغ تولید مثل؛ اگه تولید مثل کافی نبود می تونید مثلا برید شغلای متفاوت تری رو تجربه کنید یا چهره تونو تغییر بدید، می تونید دست به سفر بزنید و زندگیتونو روی چیزای مختلفی سرمایه گذاری کنید.

ولی حتی صرف غذا خوردن، به شکل اجتناب ناپذیری باعث ایجاد حس لذت نمیشه. برخی ممکنه بتونن لذت زیادی از غذا خوردن ببرن و نیاز به جست و جوی تجربه ی مضاعفی برای خلق حس لذت نداشته باشن. این از کجا نشات میگیره؟ و اگر خوده غذا خوردن به طور مستقیم،

مولد لذت نیست، پس چه چیزی در تولید احساسات نقش دارن؟

چرا فردی که بقیه حتی ممکنه ازش متنفر باشن، می تونه در دل یک نفر، کلی احساسات قوی رو ایجاد کنه؟ چرا حضور یک نفر می تونه باعث ایجاد حس عشق و لذت درون ذهنمون بشه در حالی که شاید نیمی از مردم جامعه از دستش بنالن؟ احساسات چطور تولید میشن؟

احساسات، احتمالا تحت تاثیر توانایی های ذهنی ما ساخته میشن و شکل های مختلفی رو به خودشون میگیرن. تجاربی که در معرضشون قرار میگیریم، احتمالا صرفا به عنوان یک محرک عمل میکنن و نه بیشتر.

ما نیازی نداریم که مثل انگل زندگی کنیم، در صورتی که توانایی های ذهنی خودمون رو گسترش بدیم و اونا رو تحت کنترل بگیریم. توانایی های ذهنی که در روانشناسی به نام ابزار

های ذهنی هم ممکنه معرفی بشن، در واقع توصیف کننده ی قدرت ما هستن.

اونچه که در مفهوم صعود و تکامل یا صعود به ابعاد بالاتر مورد مطالعه قرار میگیره، احتمالا همون ابزار های ذهنی هستن. ابزار های ذهنی لزوما یک احساس نیستن، اونا اجازه میدن که ما بتونیم ترکیب های مختلفی از احساسات رو ایجاد کنیم و به کمک این ترکیبات مختلف، تجارب مختلفی رو بازتولید کنیم.

نکته اینه که شما پیش از صعود به یک بعد خاص هم می تونید درکی نسبت به ابزاری که در اون سطح خاص وجود داره به دست بیارید یا به شکلی ازش استفاده کنید، اما وقتی به یک بعد خاص صعود پیدا میکنید، احتمالا به این معنیه که شما می تونید به کمک ابزاری که در اون بعد خاص هست، به شکل نامحدودی دست به تولید انرژی، احساس و تجربه بزنید، چرا که شما به حدی به انرژی عشق حساسیت پیدا کردید

که می تونید به کمکش، ابزار خاص درون اون بعد ویژه رو فعال کنید.

اگر الان یک موجود بعد چهارمی هستید، میتونه به این معنی باشه که شما پتانسیل استفاده از ابزار فکری خاص بعد چهارم و بعد های پایین تر از اون رو دارید و در جریان زندگی روزمره تون هم به این طریق، احساسات مثبتی رو تولید میکنید.

حالا میفهمید چرا موجودات و تمدن هایی که در ابعاد پایین تر هستن، اینقدر تمایل دارن که بتونن موجودات حاضر در ابعاد بالاتر رو مورد تجاوز قرار بدن؟ چون موجودات بالاتر، قادر به تولید انرژی های ناب تر و جالب تری هستن و طبیعتا اشتهای موجودات پایین تری که دچار نابهنجاری هستن رو باز میکنن.

صرف پایین تر بودن، تجاوز رو توجیه نمیکنه. بلکه این میل تجاوز، نتیجه ی نابهنجاریه. مثلا

یک موجود، پتانسیل اینو داره که به ابعاد بالاتر صعود کنه و شروع کنه به کار کردن با ابزار های ذهنی بالاتر، اما به هر دلیلی به جای صعود، نوعی درجا زدن یا عقبگرد تکامل رو تجربه میکنه. این عقبگرد، میتونه نتیجه ی نابهنجاری باشه و این نابهنجاری، می تونه خودشو در رفتار های انگلی بروز بده.

با این وجود، این الگوها، یک وجه مثبت هم دارن که بهتره نادیده اش نگیریم. اینکه حتی برخی از نابهنجار ترین و شرارت طلب ترین تمدن ها و موجوداتی که میبینیم هم تا حدی دارن با انرژی عشق کار میکنن. بسیاری از رپتال ها در بعد چهارم سیر میکنن. اونا هم انرژی های جالبی دارن که توسط بالادستی هاشون مورد سو استفاده و دستبرد قرار میگیره.

ما می تونیم به جای از بین بردن همچین جوامعی، باهاشون کار کنیم تا متوجه پتانسیل های پنهان خودشون بشن. خیلی از اون ها

رفتارهای انگلی رو تکرار میکنن چون فکر میکنن که ناچارن و این بهترین ایده است. اما ما می تونیم کمک کنیم که حساسیت بیشتری پیدا کنن.

ما انسان ها، با اینکه حتی زبون حیوونا رو نمی‌فهمیم اما قادریم که اونا رو تعلیم بدیم، طبعا داشتن توانایی تکلم و ایجاد ارتباط متقابل، دست بالاتری به حساب میاد و میتونه ابزار بسیار کارآمد و مفیدی برای شروع فرآیند تعلیم و تعلم باشه.

جالبه بدونید که بعد چهارم، احتمالا توصیف کننده ی توانایی های کلامی و زبانیه. کسی که در این بعد مونده یا به این سطح عقبگرد داشته، احتمالا با این چالش طرفه که چطور از ابزارهای کلامی در جهت مثبتی استفاده کنه. تا زمانی هم که نتونه این توانایی رو تحت کنترل بگیره و ازش به نفع تکامل خودش استفاده نکنه نمی تونه به سطح بعدی بره.

و این دقیقا در بعد پنجمه که احتمالا ما با مفهوم تعلیم و تعلم یا پتانسیل های تعلیم پذیری رو به رو میشیم. یادگیری در جریان تکامل ما نقش بسیار اساسی ای داره و برای صعود از بعد پنجم، احتمالا خیلی مهمه که شما نسبت به پتانسیل های یادگیری و تنوع روش هاش به درک خوبی برسید.

وقتی درک کنیم که چطور میشه از ابزار یادگیری برای کار کردن با انرژی عشق و تبدیلش به انرژی های مفید دیگه بهره برد، می تونیم به بعد ششم بریم.

اینکه ما بیایم صرفا از انرژی خام خودمون به دوستان، بچه ها یا هموطنا یا موجودات نیازمند بدیم، لزوما بهشون کمک نمیکنه که کار کردن با ابزار های فکری رو یاد بگیرن و صعود پیدا کنن. حتی ممکنه به نحوی بد عادتشون هم کنه و اونا رو نسبت به صعود، بی تفاوت کنه. اینکه سعی کنیم تجارب و یا ابتکارات خودمون در

زمینه ی کار کردن با ابزار های ذهنی رو در اختیارشون قرار بدیم، به مراتب می تونه مفید تر باشه.

این یه درس نیست که با یه کتاب یا یه سخنرانی تموم بشه، ما می تونیم به شکل های مختلفی این تجارب رو منتقل کنیم. هر کدوم از شما در هر بعدی که هستید، ایده های خودتون برای کار کردن با ابزار های فکری رو دارید و در جریان زندگی، به شکل های خاصی تونستید مشکلات خاصی رو برطرف کنید. همچنین هر کدوم از شما توانایی های خاصی در زمینه ی انتقال افکارتون دارید. برخی ممکنه بتونید افکار خودتون رو به کمک آثار هنری منتقل کنید و برخی ممکنه سخنگو های خوبی باشید.

اینکه از تجارب و ادراک دیگران برای رشد خودمون استفاده کنیم لزوما یه رویه ی انگلی به حساب نمیاد و میشه مثل یه تجارت دو طرفه در نظرش گرفت. وقتی شما ایده های خوبی رو به

جامعه ارائه بدید، یه جامعه ی سالم تر رو میسازید و مردم همین جامعه تبدیل به دوستا و محافظای شما میشن، اونا تبدیل به متحدین و خونواده ی غیر خونی شما میشن. اونا تبدیل به کسايي میشن که در کنار شما می تونن جلوی نابهنجاری ها و جریان های متجاوزانه ایستادگی کنن.

.

.

.

تکانه به منزله ی یک رد پا

در جریان رشد و شکل گیری یک تمدن، اغلب در حال پیگیری رد پایی هستیم که از گذشتگانمون به جا مونده. وقتی که سوژه از حوزه ی زمان و مکان خارج میشه، فقط یک رد نسبتا مبهم ازش

به جا میمونه که وابسته به آرشیو کتبی یا شفاهیه.

این رد پا، نواقص زیادی داره و صرفا با توجه به اینکه چه احساسی رو درون ما زنده میکنه، باعث میشه تا مجددا اونا رو دنبال کنیم و سعی کنیم تجربه ای مشابه گذشته رو زنده کنیم.

این روشی هست که عمدتا افراد نژاد پرست دنبال میکنن. نژادی که ناخواسته تحت تاثیر یک فرهنگ مهاجم قرار گرفته و حالا داره در فقر و مشکلات اجتماعی زندگی میکنه، ممکنه روز به روز هم بیشتر به فر شاهانه ای که در گذشته تجربه کرده علاقه مند بشه. در حالی که از اون فر شاهانه، صرفا یک رد پای ناقص باقی مونده.

آیا صرف زنده شدن آیین و سنت های گذشته تضمین میکنه که کیفیت زندگی ما تغییر کنه و حس حقارت و بی ارزش بودن رو تجربه نکنیم؟ در جواب، میشه گفت که احتمالا نه. آیا صرف به

وجود اومدن پادشاهی گذشته کمک میکنه که فقر و فساد از بین بره؟ لزوما نه، و این موضوع بستگی به عوامل زیادی داره.

رد پاهای گذشته بسته به میزان قدرتی که دارن، قادرن روی آینده ی ما تاثیر بذارن. سیستم های پولی و مالی دنیای امروز ما، تاثیر پذیرفته از لزوما یک سیستم پادشاهی یا حکومت دموکراتیک نیستن، اونا نتیجه ی کارهای فکری متعددی هستن که مثل خون، توی رگ جوامع ما تزریق شدن.

سیستم های پولی و مالی سیاره، قادرن تمام جوامع رو فارغ از اینکه چه نژاد یا فرهنگی دارن تحت تاثیر قرار بدن. اونا این کار رو لزوما با تغییر حکومت یک جامعه انجام نمیدن و اصلا نیازی به این کار هم ندارن. ما در گرو نیاز های عمیق خودمون هستیم. نیاز های مشترکی که احساس میکنیم راه فراری ازشون وجود نداره.

یک فرد گرسنه، ممکنه برای زنده موندن به هر سیستم فکری ای تن بده. درک نیاز های واقعی انسان ها گاها پیچپیده تر از اونه که فکرشو میکنیم. حتی پیچپیده تر از نیاز یک فرد به غذا. ما در رد پاهای گذشته به دنبال زنده کردن احساسات خاصی هستیم.

احساسات مختلف، در نوع ترکیبشون با همدیگه، تجارب ما رو خلق میکنن. برخی از این تجارب، ملموس و تا حدی قابل مشاهده هستن و برخی از این تجارب، بیشتر جنبه ی انتزاعی و ذهنی دارن.

یک تکانه، عمیقا به دنبال زنده کردن یک احساس ویژه است. فر شاهانه در درون ما حس اقتدار و عزت نفس رو ممکنه زنده کنه چون رد پاها به ما میگن که مردمی که این دوره از تاریخ رو دیدن، احساس اقتدار و عزت نفس داشتن. اما فر شاهانه تنها شرط تجربه ی احساسات خوب نیست.

عزت نفس و اقتداری که افرادی مثل هیتلر برای نژاد خاص خودشون ایجاد کردن هم در صورت تداوم می تونست برای یک جمعیت خاص، تجربه ی بسیار خوبی از زندگی رو ایجاد کنه. این تجربه ی خوب، صرفا در صورتی برای یک نژاد ویژه قابل تکراره که اولا اون نژاد، واقعا در یک مزیت خاص به سر ببره. مثلا جمعیت مبارز زیادی داشته باشه و بتونه به همه ی نژادای دیگه غالب بشه یا اونقدر علم و تکنولوژی داشته باشه که نه تنها به تکنولوژی بقیه ی نژاد ها بلکه حتی به عوامل طبیعی هم غلبه کنه.

اما رد پایی که از نژاد پرستی باقی مونده، خیلی وقت ها به عنوان یه عامل محرک عمل میکنه تا افراد، به نژاد پرستی به عنوان یک ایده ی مفید برای تامین تجارب مورد علاقه شون نگاه کنن.

مشکل تکانه یا رد پا اینه که بعد از یک بازه ی زمانی و وقتی که از یک تجربه یا برهه ی تاریخی خاص فاصله گرفتیم، به شکل ناقصی ظاهر

میشه و صرفا یک قاب محدود از یک اتفاق گسترده رو به نمایش میذاره.

سیستمای پروپاگاندا معمولا به همین شکل عمل میکنن. اونا تیکه های خوبی از اخبار رو میبرن و جلوی روی ما میذارن یا حتی بعضا چیزایی رو توی قابشون جا میدن که ریاکانه و دروغینه.

یک تکانه میتونه به شما این حسو بده که رفتن به سمت یک تجربه ی خاص می تونه درون شما احساسات ویژه ای رو زنده کنه و وقتی که به سمت اون تجربه ی خاص حرکت میکنید متوجه میشید که لزوما الگوهایی که انتظارشو داشتید تکرار نمیشن.

این تصویری از تاثیر تکانه ها در حافظه ی جمعی یا فرهنگ عمومی هست. شما می تونید به کرار، تاثیر تکانه رو در زندگی شخصی خودتون هم بررسی کنید.

یک رابطه ی جدید، لزوما نمی تونه احساس خوبی که در رابطه ی قبلی داشتید رو زنده کنه، حتی اگر فردی که انتخاب کردید اخلاقای خوب زیادی داشته باشه یا ظاهر بسیار تحسین برانگیزی داشته باشه.

رابطه ی جدید می تونه تجارب متفاوتی رو براتون زنده کنه یا احساسای خوب زیادی هم درون ذهنتون ایجاد کنه؛ اما لزوما شباهتی به تجارب خوب رابطه ی قبلی نداره. حالا این سوال پیش میاد که کدوم فرد برای ما بهتره؟ ما باید دنبال چه تجربه‌ای باشیم؟ با شرایط جدید کنار بیایم یا برای تجربه ی حس خوبی که توی رابطه ی قبلی داشتیم، به فرد قبلی برگردیم و با رفتارهای سمی و نابهنجارش هر جور شده بسازیم؟ حتی اگر بخواد بهمون آسیب جدی بزنه.

چیزی که در چنین مواقعی بهش نیاز داریم اینه که تجربه ی ذهنی ما عینا بازتولید بشه. به طور

مثال، اگر در یک رابطه، حس شهوت، هیجان، لذت و انزوا در یک ترکیب خاص زنده میشد، در ادامه ممکنه دوست داشته باشیم که این ترکیب به هر قیمتی که شده زنده بشه و برای بازتولیدش به طور بدیهی، سعی میکنیم سراغ یک رابطه ی دیگه بریم.

تکانه به ما میگه که این ترکیب ویژه صرفا در یک رابطه ی جنسی قابل تجربه است و اگه میخوای دوباره تجربه اش کنی لازمه به سراغ یک رابطه ی جنسی با فردی بری که شباهت هایی به فرد قبلی داشته باشه.

تکانه فقط به شما یک رد پا نشون میده. رد پایی که انگار روی برف ایجاد شده و میره که کم کم، شکل خودشو تغییر بده.

در چنین مواقعی، خیلی مهمه که ما به عمق تجربه ای که در گذشته داشتیم و طالب تکرار شدنش هستیم سفر کنیم. بر خلاف ایده ای که

میگه حتی دیگه بهش فکر نکن و هر چی در موردش وجود داشت رو دور بریز و نادیده بگیر.

سوالی که لازمه بهش جواب داده بشه اینه که ذهن ما چطور و با پشتوانه ی چه انگیزه هایی می تونه در دوره ی رابطه با یک فرد خاص، دست به تولید این ترکیب ویژه از احساسات بزنه؟ در نهایت، شاید واقعا نیازی نباشه که سراغ فردی برید که شباهت های ظاهری یا اخلاقی ویژه ای با فرد قبلی داشته باشه یا اصلا شاید نیازی نباشه که برای تجربه ی مجدد اون ترکیب حسی، سراغ یک رابطه ی جدید برید.

مشکل اینه که بازتولید یک ترکیب حسی، چه به کمک یک رابطه و چه خارج از رابطه، دشواره. از اونجایی که لزوما شناخت و کنترلی روی حوزه ی احساسات خودمون نداریم، به سختی می تونیم اونچه که در گذشته تجربه کردیم رو بازتولید کنیم. ترکیب حسی گذشته هم به نظر میرسه که در برهه ای به صورت ناخودآگاه ایجاد شده و

ما حتی نمی دونیم که چی توی ذهنمون رخ داد که ناگهان به اون ترکیب ویژه علاقه مند شدیم.

با طرح یک سوال ساده میشه اونچه که برای بازتولید ترکیب های حسی بهشون نیاز داریم اقدام کرد. چرا به سوژه علاقه داشتیم؟

هر چه جواب های ما به این سوال بیشتر بشه، یک آناتومی نگاری گسترده تر هم از وضعیت ذهنی خودمون به دست میاریم و می تونیم به شکل آگاهانه تری، ترکیب های حسی خودمون رو بازتولید کنیم یا حتی کیفیتشون رو بهبود ببخشیم و نواقصشون رو برطرف کنیم تا منجر به تجارب ناسالم یا آسیب زا نشن.

.

.

.

گذر از وجه فریبنده ی تکانه

قضاوت افرادی که جنایت های نادری رو انجام میدن همواره جزو کارای بسیار دشوار به حساب میاد. بسیاری از افراد جنایت کار، به مدت طولانی در زندان ها نگه داشته میشن صرفا چون نمونه‌های مطالعاتی منحصر به فردی به حساب میان، حتی اگر عرف اون جامعه اینطور باشه که چنین افرادی رو فورا اعدام کنن.

پژوهشگرا دنبال این هستن که ببینن چنین افرادی مشکلشون چیه و چه فرقی با افراد عادی دارن؟

این افراد جنایت کار، بعضا ممکنه کارایی رو انجام بدن که ما حتی دوست نداریم در تنهایی خودمون بهشون فکر کنیم چه برسه به این که دست به انجامشون بزنیم.

موضوع، جایی جالب میشه که این افراد، از انجام عمل جنایت کارانه شون لذت میبرن.

شما به عنوان یه فرد بهنجار که ممکنه در طول زندگیتون هیچ جنایت چشمگیر و بخصوصی انجام نداده باشید، ممکنه کارهایی براتون لذت بخش باشه که لزوما جنایت نیست اما در فرهنگ عمومی هم رایج نیست. مثلا علاقه ی بیش از حد به یک غذا یا رفتار خاص.

شما اون رفتار بخصوص رو بازتولید میکنید چون براتون معنای خاصی داره یا به بیان بهتر، قادره احساسات خاصی رو درون شما زنده کنه. با این وجود، شاید اگه این کار رو به دیگران توصیه کنید، ممکنه مثل شما نتونن احساسات خاصی رو تجربه کنن. به این تاثیرات حسی میشه گفت تکانه. یعنی داستانی پشت ذهن شما هست که باعث علاقه ی شما به یک موضوع شده.

این داستان ها وقتی خطرناک میشن که نشه اونا رو بازتولید کرد و فرد برای بازتولید کردنش نیازمند رفتن به سمت تجاربی بشه که تا حدی به داستان اصلی شباهت دارن اما ناسالم هستن.

فردی رو تصور کنید که در برهه ای از محبوبیت اجتماعی خوبی برخوردار بوده اما به خاطر یک سری اشتباه، دوستان خودشو از دست داده و دیگه نمی تونه به راحتی در جامعه ظاهر بشه یا مثل گذشته، تجربه ی خوبی از تعامل با دیگران به دست بیاره.

اون مجبور میشه که به سراغ تجارب جایگزین بره. اما ممکنه لزوما هم ایده ی خوبی برای جایگزین کردن به ذهنش نیاد. مثلا یهو میاد و یه فرقه ی شبه عرفانی درست میکنه و شروع میکنه به فریب دادن دیگران. ظاهر این کار، خیلی شبیه به تجربه ی گذشته اش هست، اما احساساتی که تجربه میکنه، دیگه مثل گذشته

نیست. شاید دوباره هم احساس لذت رو تجربه کنه اما حالا میشه گفت که داره احساس لذت رو به شکل نابهنجاری به دست میاره.

شما در یک تعامل دوستانه و سالم، لذت رو با پشتوانه ی عشق تجربه میکنید و خودتون رو در یک وحدت و هماهنگی با دنیای اطرافتون مشاهده میکنید. در چنین تعاملاتی، دیگران هم همراه با شما رشد میکنن. اما در یک رویه ی انگلی و ناسالم از معاشرت، دیگران به طور ناخواسته مورد سو استفاده قرار میگیرن و انرژی حیاتی خودشون رو از دست میدن. تاثیر این نوع از سو استفاده ها می تونه در حوزه ی روان فرد قربانی باقی بمونه. با این وجود، فردی که در اینجا به عنوان یک سو استفاده‌گر ظاهر میشه هم آسیب هایی رو تجربه میکنه. اون متوجه میشه که نیازی نیست تا با کسانی مدارا کنه که قبلا باعث شکستن قلبش شدن یا بهش خیانت کردن بلکه می تونه با دروغ گویی، انرژی مورد

نیازش رو از همون افرادی بگیره که دیوار خوبی برای تکیه دادن نیستن.

فرد سو استفاده گر، در اینجا با یک تیر، دو نشون میزنه؛ اون هم انرژی حیاتی مورد نیازشو تامین میکنه و هم به افرادی که ازشون نفرت داره آسیب میزنه. معمولا این چیزیه که توی گروکشی های کارمیک، باهاش رو به رو میشیم و انتخاب اول خیلی ها در حین رو به رو شدن مجدد با افرادیه که در گذشته بهشون خواسته یا ناخواسته آسیب زدن.

شاید برخی اساتید کارما بیان و این رویه رو موجه جلوه بدن؛ اما تبدیل شدن ما به یک موجود سو استفاده گر و عادت کردن به این رویه، نوعی آسیب روانی به حساب میاد. اصطلاحا این موضوع، ما رو بد عادت میکنه و ما کم کم فراموش میکنیم که می تونیم انرژی حیاتی مورد نیاز خودمون رو بدون سو استفاده از بقیه تامین کنیم.

الان توی همین جامعه ی زمینی، خیلی ها بهترین ایده برای رسیدن به ثروت رو در این میدونن که با یه مرد ثروتمند ازدواج کنن یا سراغ یه زن ثروتمند برن. ما هیچ ایده ی روشنی نداریم که چطور میشه توی همچین جوامعی، بدون سو استفاده از دیگران، تجارب خوبی که دوست داریم رو برآورده کنیم.

میشه این حدس رو زد که پشت هر رویه ی ناسالم و انگلی ما، یک تکانه وجود داره که با درک کردن و واکاویش، میتونیم الگوی سالم اولیه که منجر به تولید یک رویه ی سالم میشده رو پیدا کنیم.

جالب ترین و وسوسه کننده ترین کار بدی که دوست دارید برید به سراغش و هر روز انجامش بدید رو در نظر بگیرید. مثلا خیانت کردن یا سو استفاده ی جنسی، تجاوز مالی یا عاطفی؛ در درون این تجارب، چه احساسات خوبی وجود داره یا در واقع، این کارا، چه احساساتی رو

درونتون زنده میکنن که واقعا دوستشون دارید؟ در این مورد، بهتره که با خودتون صادق باشید چون پیدا کردن جوابش می تونه کمک کنه تا قدرت بیشتری رو به دست بیارید.

حالا به گذشته سفر کنید و ببینید که شما می خواستید این احساسات رو از چه طریق سالمی به دست بیارید اما محقق نشد؟ شاید جواب دادن به این سوال، برای اولین بار، دشوار باشه. احساسات، طیف بسیار متنوعی دارن و خاطرات ما، می‌تونن از تنوع زیادی برخوردار باشن.

کار ناسالمی که به شخصه خیلی بهش علاقه دارم، پرداختن به جادوی سیاه هست. نه فقط موفقیت در اجرای یک جادو، بلکه سبک زندگی یک جادوگر، برای من جالبه. دوست دارم که کلکسیونی از کارت های تاروت و پاسور داشته باشم، روی میزم یه گوی آمیتیست بزرگ باشه و اتاقم همیشه نیمه تاریک باشه. دوست دارم لباسای بلند سیاه بپوشم و زیاد در جامعه ظاهر

نشم و بتونم در تنهایی خودم، به انرژی و روح انسان ها نگاه کنم. علاقه دارم که به جای روشای رایج و کاپیتلالیسمی، از اسپل ها و الگوهای جادویی برای محافظت از خودم استفاده کنم. صرفا چون خاص و متفاوتن، اسرار آمیزن و ارتباط نزدیک تری با انرژی روحی من دارن.

دوست دارم که زندگیم اسرارآمیز باشه و کسی نتونه به راحتی، اهداف و منظور منو درک کنه. این به من حس امنیت روانی میده، حس اینو میده که می تونم از زندگیم محافظت کنم و پله های قدرت رو به سبک خودم طی کنم.

خب این احساسات رو پیش از اولین باری که دست به جادو میزدم هم احتمالا دنبال میکردم. حتی نیازی نیست به زندگی های پیشینم رجوع کنم. من در زندگی فعلی، با این امید، همکاری خودمو با فدراسیون شروع کردم که بتونم پیشرفت کنم و امنیت زندگیم بیشتر بشه. در حالی که قبلش یه جادوگر و فالگیر بودم. چیزایی

توی زندگیم بد بود ولی مزیت هایی هم داشتم. ابزارای جادویی و فالگیریم خیلی زیبا بود و وقت زیادی رو صرف درست کردنشون کرده بودم.

ولی وقتی دیدم که توی فدراسیون هم گذرم قراره به موجوداتی بخوره که توی زندگیم فضولی کنن و مانع رشدم بشن و بعضا مثل انگل ازم تغذیه کنن و با حسودی و کینه توزی خودشون قدرتمو ازم بگیرن، فهمیدم که صرف پیوستن به فدراسیون قرار نیست برای من اون حس خوبی که در حین انجام کارهای جادویی داشتم رو زنده کنه.

حتی همین امروز هم داشتم به این فکر میکردم؛ که ای کاش زندگیمو صرف جادو کرده بودم و نفرت خودمو زندگی میکردم. ای کاش به دیگران آسیب میرسوندم چون در کنارشون خوشحال نیستم.

خیلی ها مایه ی انزجارم هستن و دوست دارم که از قدرتم استفاده میکردم تا تجربه ی بدی رو براشون ایجاد میکردم. دوست داشتم خون‌شون رو توی شیشه میریختم و از فرصت های کوچکی که دارم برای به بردگی کشیدنشون استفاده میکردم. چونکه روش های فعلی لزوما نمی تونه احساساتی که بهش علاقه دارمو درونم زنده کنه.

در واقع میشه گفت که نوعی گرسنگی روحی رو تجربه میکنم. باید با خودم صادق باشم. من دوست دارم که مثل یه جادوگر، حس امنیت و آرامش داشته باشم، بتونم واقعا بر علیه چیزایی که میخواد امنیت زندگیمو خراب کنه تمام پتانسیل خودمو به کار بگیرم. من نیاز به ایده دارم، ایده ای که بتونه عملی بشه و نشونم بده که من همون اقتداری رو دارم که حین پرداختن به جادوی سیاه داشتم.

بحث اینه که با تغییر رویه از زندگی به عنوان یه جادوگر سیاه به فردی که صرفا عضوی از

فدراسیونه، اتمسفر اطراف من تغییر چندانی نکرده. یعنی موجودات مزاحمی که اطرافم بودن نه تنها تبدیل به موجودات خوب نشدن بلکه تعدادشون افزایش هم پیدا کرده. شاید تعامل بیشتری با برخی موجودات خوش ایده و خوب پیدا کرده باشم اما این تعاملات، لزوما به فشار روانی ای که از سمت موجودات متجاوز تجربه میکنم غلبه نمیکنه.

من نیاز دارم که نقش جدیدی رو بازی کنم. خب کسی به من نمیگه که چه نقشی رو بازی کن یا اگه پیشنهادی هم بدن، یه پیشنهاد سطحیه یا پیشنهادا از سمت افرادیه که به وضوح موجودات نابهنجاری هستن.

این بستگی به ابتکار خودم داره که با توجه به سطح تکاملی یا در واقع ابزار های ذهنی ای که در اختیار دارم، نقش جدیدی رو برای خودم بسازم که بتونه موقعیت من درون این جامعه رو بهبود

ببخشه و در عین حال، احساساتی که بهشون علاقه دارم رو تولید کنه.

جادوی سیاه، یه ایده ی دم دستی هست اما نکته اش اینه که در جادوی سیاه، من مجبورم که به طور انگلی، انرژی مورد نیازمو از بقیه تامین کنم و دقیقا همینه که باعث میشه نرم سراغش. چون می خوام که به شکل سالمی زندگی کنم و معایب زندگی انگلی رو پیش از این هم مرور کردیم.

هر کدوم از ما بسته به سطح تکاملیمون ابزار های ذهنی ویژه ای داریم. بحث اینه که لازمه از این ابزار ها استفاده کنیم و استفاده ازشون میطلبه که در ابتدا با پتانسیل هاشون آشنا بشیم.

.

.

.

تجارب، لزوما احساساتی که انتظار داریمو زنده نمیکنن

فرض کنید زمان به عقب برگرده، مثلا به چند سال پیش. یا مثلا به دوران مدرسه تون. چند نفر از اطرافیان یا دوستانتون رو در نظر بگیرید.

فرض کنید که با همین ذهن و آگاهی فعلی خودتون بتونید در زمان سفر کنید و به زمانی برید که هنوز مدرسه ای بودید. بچه ها دور هم جمع میشدن و راجب ایده آل ها و آرزو هاشون صحبت میکردن.

دوستای دوران مدرسه ی شما چه آرزوهایی داشتن؟ برای چی درس میخوندن و انتظار داشتن که توی جامعه به کجا برسن؟ چه تجاربی رو برای خودشون بهتر میدونستن؟ دوست داشتن برن دانشگاه؟ دوست داشتن فلان شغلو به دست بیارن؟

خب دوستای شما الان کجا هستن؟ تجربه ای که الان درون زندگیشون غالب شده چقدر با انتظارات گذشته شون مطابقت داره؟ چیزایی که انتخاب کردن و ازش خوشحالن، چقدر با چیزایی همپوشانی داره که توی دوران مدرسه در موردش صحبت میکردن؟

یک تجربه ممکنه به راحتی کنسل یا عوض بشه چون نمی تونه احساسی که به دنبالش هستیم رو زنده کنه. ممکنه یه نفر بره دانشگاه و ببینه که این محیط نمی تونه اون احساساتی که انتظارشو داشت رو براش زنده کنه و صرفا خیال میکرد که صرف اومدن به دانشگاه و قرار گرفتن در معرض همچین تجربه ای می تونه احساساتی که انتظار داره رو براش زنده کنه.

همچنین ممکنه محیط دانشگاه، اون ترکیب حسی خاصی که انتظار داره رو براش زنده کنه اما در کنارش احساساتی رو براش زنده کنه که

ازشون فراری هست و به این نتیجه برسه که نمی‌خواد وقتشو توی محیط دانشگاه تلف کنه.

ترکیب ویژه ی احساسات، در واقع همون وجه ذهنی و انتزاعی تجربه هستن که پتانسیل اینو دارن که در موقعیت های مختلفی متجلی بشن.

یهو به خودت میای و میبینی که درون تجربه ای هستی که تا چند سال پیش، نه تنها برات خوش آیند نبود که حتی اونو چیز بدی میدونستی. ولی الان حس خوبی بهش داری چون برات همون احساساتی رو زنده میکنه که به دنبالش بودی و بابت دچار شدن بهش هم ممکنه هیچ شرم و خجالتی نداشته باشی حتی اگه بقیه تقبیحش کنن.

در واقع از این اشتباهات لفظی در مورد ماهیت تجربه زیاده و میشه گفت تاثیر پذیرفته از تاثیر دوالیسم هست. یعنی ما خوب و بد رو نه به احساسات بلکه به خوده تجربه نسبت میدیم یا

لزوما درک روشنی نسبت به خوده احساسات نداریم.

ما تصور میکنیم که یک تجربه، مطلقا یک ترکیب حسی خاص رو ایجاد میکنه اما وقتی که در دوره های زمانی مختلف در معرض یک تجربه ی خاص قرار میگیریم یا فرق تاثیر پذیری افراد مختلف از یه تجربه ی مشابه رو بررسی میکنیم، می‌بینیم که نتیجه میتونه خیلی متفاوت باشه.

این درست مثل یک جور خطای ذهنه. ما به قوای ادراکی قوی‌تری نیاز داریم که بتونیم نگاه عمیق تری به ماهیت تجربه بندازیم و درگیر قضاوت تک بعدی و سطحی نشیم.

این قوای ادراکی، همچنین به ما کمک میکنن که به شکل آگاهانه تری، تجارب مورد نیاز خودمون رو شناسایی کنیم و به سراغشون بریم تا بتونیم از این طریق، قدرت روحی خودمون رو افزایش بدیم.

تجارب و نتیجه ای که ازشون به دست میاد، مثل ثروت هستن و تراکم انرژی روحی ما تا حد زیادی تاثیر پذیرفته از تجارب عمیقی هست که در معرضشون قرار گرفتیم.

.

.

.

باطری های ارگانیک

تکانه ها غرایز واقعی و اصیل به حساب نمیان بلکه می تونن بسیار فریبنده ظاهر شن و ما رو به سرعت، تشویق کنن تا به سمت تجارب بیمارگونه بریم.

دیر یا زود ممکنه به این نتیجه برسیم که لازمه منتقد تکانه ها باشیم. اونها درست مثل یه پیام

بازرگانی هستن که ناخواسته، جلوی روی ما قرار میگیرن.

به طور مثال، شما تلویزیون رو روشن میکنید تا فیلم مورد علاقه‌تون رو ببینید، شایدم هدفتون فقط سرگرم شدن باشه. ولی کسی که صاحب شبکه است، میاد و به شما تبلیغ یه کتاب به اسم بازگشت به لموریا رو نشون میده و میگه که وای! اینو بخونید که چیز خوبیه.

تکانه ممکنه بهت بگه که همچین محتوایی می تونه برات مفید باشه و کمک کنه که بتونی به اهدافت برسی؛ اما این خیلی فرق داره با وقتی که تو بدون هیچ جهت گیری خاصی و بدون امید یا ناامیدی افراطی، به سراغ کتاب ها بری و اونا رو مطالعه کنی. زمانی که تکانه رو تحت کنترل بگیری و مهارش کنی، در واقع به خودت فرصت میدی که به دور از هر پیش داوری و رودروایسی، یک نگاه انتقادی به هر چیزی که سعی داره به

انجام یه کار بخصوص تحریکت کنه داشته باشی.

یک نگاه انتقادی ممکنه که برای ما، کار فکری بتراشه و از ما برای هر تصمیم گیری مهمی زمان بگیره؛ اما از ما در مقابل عواقب منفی مواجهه با تجارب ویروسی، تا حد زیادی محافظت میکنه.

در بخش های قبلی به عنوان یه پیشنهاد، گفته شد که تجارب مورد علاقه تون رو فارغ از اینکه به طور میانگین، مثبت هستن یا منفی، مورد واکاوی قرار بدید. این کار میتونه به شما کمک کنه که به لیستی از مواد خامی برسید که برای بازطراحی و بهبود تجربه تون بهش نیاز دارید. این مواد خام، در واقع همون احساسات شما هستن.

روح ما صاحب یک سری باطری ارگانیک هست که ما به کمکشون می تونیم انرژی های مختلفی

رو ذخیره و تبدیل کنیم. ما اغلب، در جریان فکر کردن این کار رو انجام میدیم.

به عنوان یک موجود معنوی، بهتر از من میدونید که انرژی عشق، منشا جهان هستیه و ما می تونیم به شکل بی پایانی ازش تغذیه کنیم. بدون اینکه نیاز باشه بردگی دیگران رو کنیم یا مثل یه انگل، از دیگران تغذیه کنیم و انرژی های دست دو رو جمع آوری کنیم.

انرژی درمانگرا معمولا این کار رو با تمرکز روی خورشید مرکزی یا یک منبع انرژی نورانی انجام میدن و این تصویر، تجسمی از منبع عشق هست. من فکر نمیکنم که این منبع، لزوما چیزی در آسمان ها باشه، هرچند خورشید هایی که می‌بینیم هم منبع سرشاری از زندگی هستن. حدس میزنم که ذرات سازنده ی وجود ما هم در درون خودشون پورتالی به این مرکز مولد دارن و به این شکل هست که ما انرژی عشق رو در درون خودمون میتونیم استخراج

کنیم. شاید این واقعا مزیت ما باشه. نکته ای که وجود داره اینه که با شروع مراقبه، دسترسی به این انرژی، اجتناب ناپذیره.

مراحل ابتدایی سطوح تکامل، به مفاهیم ذهنی بسیار ساده ای مثل هدفمندی، پیگیری جریان اندیشه و ارتباط گرفتن اختصاص داره.

چاکراها یا مراکز انرژی شما احتمالا مثل باطری های ارگانیکی هستن که کمک میکنن تا انرژی استخراج شده رو وارد حوزه ی ذهنی کنید و مستقیما برای تبدیل به احساسات مختلف، مورد استفاده قرار بدید.

شاید در ابتدا به نظر بیاد که عشق هم یک احساس مثل بقیه ی احساساتی هست که تجربه میکنیم اما شاید بشه گفت که فرق این انرژی که توصیف کننده ی ویژگی های خالق ما هست، با بقیه ی انرژی ها بسیار چشمگیره. این احتمالا همون وجه بی‌علته که تمام احساسات

ثانویه می تونن ازش مشتق بشن. حالا شاید بگید که احساسات نابهنجار چی؟ آیا اونا هم مشتقی از عشق هستن؟ در این مورد میشه گفت که احتمالا اونا فرم دستکاری شده و ویروسی احساسات ثانویه ای هستن که زمانی از انرژی عشق مشتق شدن.

این ها لزوما جملاتی برای اثبات وجود خدا یا قدردانی از انرژی عشق نیست بلکه می تونه به عنوان یک ایده یا راه حل عمل کنه که در برابر نابهنجاری قرار میگیره. چیزی که قراره در ادامه هم به ما یک ایده بده تا بتونیم تجارب مورد نیازمون رو باز تولید کنیم.

شما با تمرکز و تفکر در مورد احساساتی که قادر به تجربه شون هستید، می تونید اونا رو در درون خودتون تولید کنید. برای تولید یک تجربه، شما نیاز به احساسات مربوط بهش دارید. قرار گیری صرف در معرض یک تجربه،

باعث نمیشه که انرژی مورد نیازش در درون شما شکل بگیره.

اگر امروز، علاقه ی زیادی دارم که به سمت جادوی سیاه برم، بخشیش میتونه برگرده به این که من انرژی هایی رو ذخیره کردم که منو به سمت دست زدن به همچین تجربه ای سوق میده.

پس می‌بینید؟ احتمالا تجربه لزوما برای این نیست که انرژی اولیه ی مورد نیاز ما رو تامین کنه اما اگر همچین مزیتی نباشه، پس ما چرا سراغ کسب تجارب جدید میریم؟

جوابش رو میشه در روند صعود و تکامل پیدا کرد. تجارب می‌تونن به ما کمک کنن تا پتانسیل های ذهنیمون رو گسترش بدیم و تبدیل به موجودات تکامل یافته تری بشیم.

به بیان ساده تر، ما به سراغ تجربه میریم تا رشد کنیم. می‌تونیم از هر تجربه ای در این دنیا

دست بکشیم و منصرف بشیم، مطلقا از هر تجربه ای. این انتخابی هست که پیش روی ما قرار داره. با این وجود، راه های زیادی هم برای کسب تجربه و رشد کردن وجود داره.

تجاربی که با پشتوانه ی حسی نابهنجار ایجاد بشن، احتمالا فقط تاثیر عکس دارن، یعنی می تونن باعث عقبگرد تکاملی ما بشن.

.

.

.

نقش فعال و منفعل ما در برابر کسب تجربه

معمولا وقتی که موجودات به سطوح بالاتر تکامل میرسن، این قدرتو به دست میارن که نه تنها برای خودشون بلکه برای دیگران هم تجارب پیچیده و فراگیری رو درست کنن. این اتفاق، احتمالا در بعد هشتم رخ میده. یعنی وقتی شما

به بعد هشتم برسید، با این چالش طرفید که چطور به طور آگاهانه‌تری برای جمعیت درون جامعه، تجاربی رو خلق کنید که براشون می‌تونه مفید باشه و به بهبود زندگیشون کمک کنه.

این توانایی ها، هر چه که در سطوح تکاملی پیش‌تر برید، افزایش پیدا میکنن. خیلی از الگوهای فراگیری که درون جامعه تون وجود دارن و خواسته یا ناخواسته در معرضشون قرار میگیرید و جزو تجارب جمعی شما میشن، توی اتاق فکرا و به دست موجودات تکامل یافته ساخته شدن.

خیلی از افکار آنتی ویتالیسمی رایج در سیاره ای مثل زمین هم دست ساخته ی موجودات باهوشی هستن که خیلی هاشون به طور خودخواسته تصمیم گرفتن که از ایده هاشون به شکل منفی و برای بهره‌کشی از انسان ها استفاده کنن.

اگر بخوایم در مقابل تجاربی که جامعه، جلوی رومون قرار میده؛ منفعل باشیم، نمی تونیم پا رو فراتر از میانگین تکاملی اون جامعه بذاریم یا حتی ممکنه همراه با مشکلات درون جامعه دچار عقبگرد تکاملی هم بشیم.

یک نگاه انتقادی به تجاربی که در معرضتون هستن، کمک میکنه تا کم کم خودتون تبدیل به طراح ذهنتون بشید و تجاربی که به نفع رشد خودتون یا حتی دیگران هست رو خلق کنید.

وضعیت روحی شما تعیین میکنه که آماده ی رو به رو شدن با چه سطحی هستید. وقتی ذهن شما رشد میکنه و گسترده میشه، گرسنگی روحی افزایش پیدا میکنه. شما ممکنه ناخودآگاه احساس کنید که به تجارب عمیق و پیچیده تر نیاز دارید و انرژی مورد نیازتون رو نمی‌تونید با الگوهای رایج در جامعه تامین کنید.

اگر غر بزنید، ممکنه بقیه شما رو تحقیر کنن یا بگن که موجود پرتوقعی هستی و بیشتر از حد خودت میخوای، حرص و طمع زیادی داری و این برات خوب نیست.

فکر میکنم اگر گرسنگی روحی رو برطرف نکنیم، در نهایت روح ما شروع میکنه به خوردن خودش و صرفا رو به زوال و نابودی میریم.

اما وقتی باطری های ارگانیک ما سرشار از انرژی بشن، اون وقت آماده‌ایم تا دست به طراحی بزنیم.

مراکز انرژی یا همین باطری های ارگانیک، می تونن انسداد ها و نابهنجاری هایی رو تجربه کنن. این انسداد ها، جدا از مبحث این کتاب نیستن و فکر نمیکنم نیازی باشه که مبحثو پیچیده کنیم. انسداد های روانی شما ممکنه صرفا به خاطر قرار گرفتن در معرض تجارب ناسالم و انرژی های ویروسی ایجاد شده باشن.

کار فکری شما می تونه برای رفع انسداد هایی که روان شما رو درگیر کردن، تا حد زیادی موثر باشه و یا به شما قدرت و ایده هایی برای رفع مشکلاتی که لزوما به طور مستقیم و با کار فکری حل نمیشن هم بده. چون احساسی که ذخیره میکنید، در نهایت قراره که تبدیل به عمل و تجربه بشه. اعمال و تجاربی که میسازید، روی تمام جوانب زندگیتون می تونن تاثیر بذارن.

ولی بحث اینه که کی قراره انرژی ای که ذخیره کردیم تبدیل به مواد اولیه و در ادامه، تبدیل به تجربه بشه؟

درک این بخش از ساز و کار ذهن، بستگی به این داره که چقدر ویژگی‌های انرژی رو بشناسیم و بتونیم رفتارش رو پیش بینی کنیم. به همین دلیله که دلیل خیلی از تصمیمات و کارایی که انجام میدیم نامشخصن. ولی اینطور نیست که نتونیم حساسیت خوبی نسبت به این موضوع به دست بیاریم.

اینم جزو همون کارایی هست که مهندسای ذهن با ضریب متفاوتی و بسته به قدرتی که دارن قادر به انجامش هستن. این افراد می تونن آینده ی احتمالی یک جامعه رو ببینن. نه لزوما به کمک گوی کریستالی یا کارت های تاروت، بلکه به کمک ابزارهای ذهنی که در اختیار دارن.

بر حسب اتفاق، این کاری هست که فالگیرها و جادوگرا هم خیلی بهش علاقه دارن. هیچ چیز برای یک فالگیر مهم تر از این نیست که بتونه احساسات موجودات زنده و تاثیرشون در زندگی واقعی رو درک کنه.

آیا من با فلانی ازدواج میکنم؟ خب فالگیر میبینه که احساس فلانی نسبت به من چیه، این یکی از مهم ترین سوالاییه که باید بتونه براش جواب پیدا کنه تا بتونه به کمکش به سوالم جواب بده.

احساسات شما مهمن؛ فرقی نمیکنه که بقیه چه واکنشی نسبت بهشون نشون بدن. اهمیتی نداره که در نظر بقیه چقدر شرم آور یا حقارت آمیز باشن، مهم نیست که چقدر بگن این احساسات رو سرکوب کن یا بهشون فکر نکن. احساسات شما، پتانسیل های واقعی شما رو افشا میکنن. پیشنهاد میکنم که در مورد احساساتتون با خودتون راحت باشید، حتی اگر نمی خواید در موردشون با دیگران صحبت کنید. هیچ اشکالی نداره که افکار بدی توی سر دارید، هر چه با دقت بیشتری به این افکار نگاه کنید و دلیلشون رو درک کنید، راحت تر هم می تونید تصمیم بگیرید که می خواید باهاشون چیکار کنید و کدوما رو حذف کنید و اونا رو با احساسات سالم تری جایگزین کنید.

.

.

.

حضور ناگزیر جامعه در جریان شکل گیری تجارب ما

یکی از مسائل رایج در طراحی تجربه، به کار گیری فرم های نابهنجار از احساس خودخواهیه. در واقع به قول یکی از دوستای انرژی درمانگرم، خودخواهی در کنار حس پوچی، از جمله قوی ترین انرژی هایی هست که تا حالا و در جوامعی که می‌بینیم، به شکل منفی و مخربی بازتولید شدن.

خودخواهی، توصیف ابتدایی ساده ای داره. شما تجربه ای رو طراحی میکنید که در جریانش، صرفا منفعت خودتون دیده میشه و اهمیتی نمیدید که بقیه چه حسی رو ممکنه تجربه کنن.

هرچند که یک تجربه که ما دست به خلقش میزنیم، در درجه ی اول روی حس خودمون تاثیر

میذاره، اما میشه گفت که دیگران، در ادامه از تجاربی که خلق میکنیم، به شکل مستقیم و غیر مستقیم تاثیر میپذیرن. توجه به این تاثیرات ثانویه، می تونه ما رو به خودآگاهی خوبی در مورد عواقب طولانی مدت تجاربمون برسونه.

درک احساسات دیگران لزوما کار ساده ای نیست. خصوصا وقتی که در مواجهه با احساسات پیچیده ای قرار میگیرن. دیگران با کوله باری از تکانه ها و تجارب مختلف و در سن و سال های متنوعی از اتفاقات و تراژدی های مختلف گذشتن تا به ما رسیدن. اما صرف اینکه درک کنیم دیگران هم مثل ما، موجوداتی متفکر و تاثیرپذیرن؛ کافیه تا این ابزار ادراکی، در ذهن ما وارد سطوح خودآگاهی بشه. این موضوعی هست که احتمالا در بعد هفتم باهاش رو به رو میشیم.

شاید برای برخی از شما، این موضوع، خیلی ساده و پیش پا افتاده باشه؛ اما موجودات زیادی

هستن که پایین تر از سطح تکاملی هفتم زندگی میکنن و یا در سطح هفتم، دچار نابهنجاری های شدیدی شدن. این موضوع، در سیارات بالاتر از زمین که حتی تا سطح ۷ رسیدن رایج‌تره. در سیاره ای مثل زمین، خیلی ها درگیر درس های ابعاد پایین‌ترن.

ابزار ذهنی ای که در این سطح، تحت کنترلمون در میاد، یک مقدمه ی خوب برای شروع کارهای جمعی هست که تاثیری فراتر از یک خانواده یا شهر کوچیک رو ایجاد میکنن. چون شما شروع میکنید به کار کردن با احساسات دیگران و در ادامه، همین حساسیتی رو در حین کار کردن با ذهن دیگران به کار میگیرید که نسبت به احساسات و درونیات خودتون دارید.

این کمک میکنه تا ذائقه ی یک جامعه رو بهتر درک کنید و بتونید براشون خوراکی های فکری ای رو درست کنید که بیشتر بهش نیاز دارن یا

میتونه کمکشون کنه که وضعیت فکریشون رو بهبود ببخشن.

وقتی درگیر فرم های نابهنجار احساس خودخواهی میشیم، بین ما و جامعه ی اطرافمون موانع شدیدی به وجود میاد. این در حالیه که همچنان، تجاربی که درست میکنیم، به طور مستقیم و غیر مستقیم روی تجربه ی دیگران از زندگی تاثیر میذاره.

خودخواهی بیمارگونه، در کنار ظاهر زیباش، یک وجه تاریک اجتناب ناپذیر داره. وقتی به دیگران آسیب بزنیم و نیروی حیاتیشون رو خراب یا سرقت کنیم، اونا توانایی تولید تجارب خوب رو تا حد زیادی از دست میدن. اونا مجبور میشن که وقت زیادی رو صرف بازسازی خودشون کنن یا ممکنه شروع کنن به افول و عقبگرد.

بسیاری از تجارب دست ساخته ی شما، وقتی تاثیر خودشون رو نشون میدن که بقیه هم

بتونن در جریانش مشارکت سالمی داشته باشن. به طور مثال، فروشگاه شما با مشتریاش هست که معنی پیدا میکنه. دانشگاه شما با شاگرداش هست که معنی پیدا میکنه و رابطه ی عاطفی شما با حضور جفتتون هست که می تونه معنی پیدا کنه. وقتی به دیگران آسیب بزنیم و ازشون سو استفاده کنیم یا احساساتشون رو نادیده بگیریم، در واقع بهشون اجازه نمیدیم که نقش خودشون رو تکمیل کنن و اونا رو از دست میدیم. این ماییم که اونا رو از دست میدیم.

این منطقی نیست که بخصوص از موجوداتی که سطح تکاملیشون از خودمون پایین تر هست انتظار داشته باشیم که بتونن در مقابل اثر مخرب کارهامون تحمل داشته باشن. مسئولیت بیشتر، احتمالا اغلب با موجودیه که سطح تکاملی بالاتری داره. یه موجود با سطح تکاملی بالاتر، پتانسیل بیشتری برای ذخیره ی انرژی عشق و به کار گرفتنش داره. وقتی یک موجود با

سطح تکاملی پایین تر، گذرش به یه موجود تکامل یافته تر میخوره، فردی که بدیهتا آسیب پذیر تره، احتمالا همون فردیه که در سطح تکاملی پایین تر قرار گرفته.

از طرفی میشه اینطور استدلال کرد که یک تجربه، در عین تامین خواسته ی شما و قرار دادنتون در مسیر رشد، بهتره به شکلی طراحی بشه که بتونه به رشد دیگران هم کمک کنه.

اگه یادتون باشه در بخش های قبلی هم گفته شد. تجارب لزوما احساسات ما رو بازتولید نمی کنن. اونا اجازه میدن که احساساتی که ساختیم، تکامل پیدا کنن. تجارب به ما کمک میکنن تا رشد کنیم، تا ظرفیت وجودی ما افزایش پیدا کنه. تجارب، برای رشد ما هستن. آیا بهتر نیست که به جای خودخواهی و صرفا در نظر گرفتن منافع شخصی، به این فکر کنیم که تجربه ای که قصد خلق کردنشو داریم چطور می

تونه به دیگران هم کمک کنه تا بتونن تجربه ی بهتر و مفیدتری از زندگی داشته باشن؟

.

.

.

انتخاب هایی که پیش روی ما قرار داره

انتخاب یک هدف جهت خلق تجربه، با افزایش خودآگاهی ما، به گزینه های بیشتری هم افزایش پیدا میکنه. گاها ممکنه تجربه کرده باشید که برای پیدا کردن تجربه ی ایده آلتون ممکنه ماه ها مجبور به جست و جو بشید. مثل پیدا کردن یه شغل یا جفت خوب. ولی وقتی تجربه ی ایده آل پیدا بشه، کم کم ممکنه متوجه بشیم که چه رویکرد هایی داشت باعث میشد که جست و جوی ما اینقدر طول بکشه یا اینقدر

مجبور شیم که صبر کنیم. ما در جریان جست و جو، کار فکری زیادی انجام میدیم و در همین دوران ها هم به رغم تصوری که از انفعال خودمون داریم، در حال رشد کردن هستیم.

اغلب اوقات، چندین انتخاب وجود داره. برخی دم دست ولی دوست نداشتنی هستن، برخی چهره ی معمولی دارن، برخی وسوسه کننده هستن. برخی دور و معمولی و برخی دور و وسوسه کننده هستن. هیچ پارامتر روشنی در درجه ی اول برای تشخیص بهترین تجربه وجود نداره.

این بستگی به انرژی ذهنی شما داره که بتونید با ایمان بیشتری دست به انتخاب بزنید. گاهی انرژی ذهنی ما آشفته است و احساس گرسنگی شدیدی داریم، در عذابیم و حس سردرگمی داریم. در این زمان‌ها خیلی احتمال داره که سراغ یک انتخاب دم دستی بریم. این انتخاب دم دستی ممکنه خوب یا بد باشه اما لزوما با

خودآگاهی انجام نمیشه و بستگی به شانس داره. یعنی ما ریسک میکنیم. ولی با یک ذهن آماده، با اطمینان بیشتری میشه دست به انتخاب زد. شاید تجربه ای که بهش نیاز داریم دم دست باشه و بتونیم سریعا بریم سراغش ولی نگاهمون به یه جای دور باشه و فکر کنیم ایده آل ما منطقی نیست که دم دست باشه.

انتخاب کردن هم یه تجربه است و بهتره قبل از پرداختن بهش، انرژی ذهنی خوبی رو ذخیره کنیم.

.

.

.

پارامتر های جامع و مانع در طراحی تجربه

در اینجا هیچ قصد ندارم که چیزی رو از توی آستینم در بیارم یا کارت های بازی رو طراحی کنم، بلکه فکر میکنم بهترین پارامترها، در خوده مفهوم ابعاد یا سطوح تکاملی نهفته.

پیش از این گفتیم که هر سطح تکاملی، یه سری ابزار ذهنی رو در اختیارمون قرار میده. شما با صعود به هر سطح، می تونید انتخاب کنید که از ابزار های ذهنی جدید، چطور استفاده کنید. طبیعتا می تونید انتخاب کنید که از اون ها در مسیر شرورانه ای استفاده کنید. کسایی که به سطح تکاملی بالایی رسیدن و بعد تصمیم میگیرن که با برادری تاریک کار کنن، معمولا دست بالاتری هم در طراحی شیوه های تخریب دارن و می تونن پروژه های بزرگی رو ایجاد کنن. این برمیگرده به اینکه چقدر بتونن از ابزارهای ذهنی خودشون بهره ببرن.

با این وجود، بیشتر افرادی که تا امروز دیدم، معمولا از تمام پتانسیل خودشون استفاده

نمیکنن، در واقع میشه گفت که در جوار برادری تاریک هم حد خودشون رو زندگی نمیکنن. فقط اسم شرور بودن رو یدک میکشن، وگرنه از همه ی پتانسیل های ذهنیشون برای طراحی یک پروژه ی شرورانه استفاده نمیکنن. که البته این چیز بدی نیست و میشه گفت یه نقطه ی الهام بخش برای کار کردن با این افراد و راغب کردنشون برای صعود هست.

ابزارهای هر بعد، بسته به مزیتی که دارن، در طراحی ترکیب حسی ما و تجربه مون موثر واقع میشن. تعداد پارامتر های شما میتونه شامل عدد سطح تکاملیتون باشه. در واقع شما می تونید به تجربه ای که قصد خلق کردنشو دارید نگاه کنید و از خودتون بپرسید: آیا این تجربه، با مزیت سطح تکاملی هشتم همپوشانی داره؟

اگر تجربه ای که طراحی میکنید، کمک کنه تا مزیت بالاترین سطح تکاملیتون متجلی بشه (طبیعتا با انرژی عشق لازمه کار کرده باشید

میشه انتظار داشت که اون تجربه عملا بتونه به رشد و تکاملتون هم کمک کنه.

میشه اینو یه دلیل منطقی در نظر گرفت برای اینکه چرا روحمون یهو ازمون میخواد که کارمون رو عوض کنیم در حالی که تا چند وقت پیش، مشغول شدن به اون کار، در نظرش لزوما چیز بدی نبوده. اما یهو شروع میکنه به هشدار دادن.

در چنین شرایطی، آدم ممکنه برای یه لحظه سردرگم بشه و با خودش فکر کنه که روحش فقط داره براش مشقت درست میکنه؛ ولی فکر میکنم این به خودی خود، اعلان جدیدی در مورد تکامل پیدا کردنه و تصمیم درست، می تونه کمک کنه تا این مرحله رو با موفقیت پشت سر بذاریم.

به نظرم می تونیم سراغ تجاربی بریم که لزوما حد ما نیست و پایین تر از پتانسیل ماست، ولی

یه چیز ناخوش آیندی که توی این دست از تجارب وجود داره اینه که بسته به میزان سطح پایین بودنشون، حس کسالت رو ایجاد میکنن. کسالت یه تصویری از راکد بودن یا منفعل بودنه.

این پارامتر ها می تونن در بررسی وضعیت شغلی، ارتباط ما بقیه، دوستانمون، جمع هایی که برای کسب دانش درونشون حضور پیدا میکنیم و پروژه های شخصیمون مفید باشن.

رویکرد تکاملی و اهمیت دادن به کار کردن با عشق، می تونه حتی باعث بشه که از روابط عاشقانه مون برای تکامل استفاده کنیم، این چیزی فراتر از افول و راکد شدن و خسته کننده شدن یه رابطه است. و به نظرم فرقی هم نمیکنه که طرف مقابلمون توی چه سطح تکاملی ای باشه. اینکه رو به رشد باشه مهم‌ترین وجه اشتراکش با ما هست و طرفین، وقتی میبینن اون یکی داره رشد میکنه، راغب میشن تا

خودشون هم قدمی رو به جلو بردارن. اصلا اینطوری نیست که چون یکی زود رشد کرده یا تونسته به خاطر سن یا تجاربش به سطوح بالا برسه، باید برای رشدش از یه موجود که در سطوح تکاملی پایینه دست بکشه.

وقتی که طرف مقابل، موجود متجاوز و نابهنجاری نیست، تفاوت سطح تکاملی، فکر نمیکنم که بتونه فرسایش خاصی ایجاد کنه.

در جریان این کتاب، ناخودآگاه یه سری از ابزار های مربوط به ابعاد مختلف هم در حال به کار گرفته شدن هست. سطوح ابتدایی یعنی سطح صفر، ۱، ۲, ۳، راجب توانایی های ذهنی ساده ای هستن، مثل اندیشیدن، انتخاب هدف، انگیزه و ارتباط گرفتن هست. هدفم این بود که چیزایی رو بنویسم که مبتنی بر عشق باشه، بتونه یک جمع بندی راجب مطالعات قبلیم ارائه بده و

برخی سوالاتی که پیش از این نتونستم جواب خوبی بهشون بدم رو روشن تر کنه.

بعد یک، راجب انگیزه است؛ انگیزه یا محرکم این بود که حس کردم کتابای قبلی فایده داشته و افرادی رو تونسته تحت تاثیر خوبی قرار بده، کنجکاوشون کنه و حس کردم که استادام هم منو به ادامه ی این کار تشویق کردن و دوست داشتم بتونم کار جدیدی که باعث بیشتر شدن این انگیزه ها بشه رو انجام بدم.

بعد دوم احتمالا در مورد جریان اندیشه است. لازم داشتم که این جریان رو روی کاغذ ثبت کنم چون پیچیده شده بود و حاصل چند سفر فکری جداگونه بود که توی کتابای بررسی سمبل های خواب، بررسی احساسات و بررسی ابعاد و بررسی مفهوم شرارت دنبال کرده بودم و کمک کرد تا جوابی برای گذر از دوالیسم در قضاوت هایی که در مورد تجارب و احساساتمون داریم پیدا کنم.

بعد سوم در مورد ارتباط گرفتنه. این ارتباط گرفتن لزوما راجب ارتباط کلامی نیست و می تونه شامل هر ایده ی ارتباطی دیگه ای باشه. با توجه به موارد قبلی، به نظرم رسید که یه کتاب که با ادبیات محاوره و به زبون ساده نوشته شده باشه و ترکیبی از روزمره ی خودم باشه مناسبه. همچنین تصمیم گرفتم که کمتر به روایت خواب هام بپردازم و اونا رو صرفا به عنوان یک منشا الهام به کار بگیرم و بیشتر روی تشریح منظورم کار کنم.

در بعد چهار و پنج و شیش، ما با مفاهیمی مثل قدرت کلمه، تعلیم و تعلم و حس شیشم رو به رو میشیم.

تصمیمی که برای این کتاب گرفتم این بود که سعی کنم از خشم و فحاشی بگذرم و اجازه بدم که میزان انزجار و نابهنجاری درون متن کاهش پیدا کنه. چون احتمال دادم که این کار، مفید تره و با توجه به موضوع کتاب، نیازی نیست که

حتما فحش بدم یا بقیه رو تحقیر و اذیت کنم تا بتونم منظور خودمو برسونم. می تونم از جمله ها و کلمات دیگه ای استفاده کنم که ممکنه تاثیر بهتری هم داشته باشن.

بعد پنجم در مورد تعلیم و تعلمه و سعی کردم هم منابع الهامم رو متنوع تر کنم و به آدم های اطرافم بیشتر توجه کنم و ازشون یاد بگیرم و هم سعی کردم که شیوه ی غربال کتاب و شیوه هایی که قصد دارم به کمکش یک مفهوم رو منتقل کنم رو بهبود ببخشم. روش های قبلی بد نبودن اما فکر کردم که میشه از روش های کامل تری هم استفاده کرد که تنوع کتابا بیشتر بشه و طیف های مختلف تری بتونن با این کتابا ارتباط بگیرن. هدف کلی، کار کردن با عشق هست اما تکرار کردن یک شیوه ی انتقال مفهوم، برای خودم هم کسل کننده است.

خودم هم کم کم از روایت خواب هام داشتم خسته میشدم چون وقتی خواب ها رو

مینوشتم، ازم انرژی ذهنی زیادی میگرفت و بعدش دیگه حوصله ی زیادی برای تفسیرشون نداشتم و حرفم نیمه کاره باقی میموند. همچنین نگران این بودم که بقیه از خوندن خوابام خسته شده باشن.

بعد شیشم در مورد حس شیشم یا شهوده. سعی کردم که کمی بیشتر، تاثیر احتمالی کتابا و اونچه که از چشمم دور مونده رو بررسی کنم. من از کتابای قبلی ناراضی بودم مخصوصا کتاب بازگشت به لموریا، هر روز که میگذره بیشتر باعث ناراحتیم میشه.

همیشه ترس اینو دارم که محتوای کتابا بد باشه و زندگی و ذهن بقیه رو خراب کنه. شاید بگید که خب تو همچین آدمی هستی و شاید لذت میبری که بقیه رو اذیت کنی. ولی مهم اینه که هدف من از نوشتن این کتابا همچین چیزی نبوده و اگرم چیز بدی نوشتم، ناخواسته بوده. یک اتفاق ناخواسته، هر چقدرم قشنگ باشه

ناخوش آینده. مثل بچه ی کیوتی که تو دوره ی فقر و جنگ یا دوره ی ماه عسل درست میشه. من نمی‌تونم از چیزی که ناخواسته است لذت ببرم.

ولی سعی کردم عمیق تر به تاثیر کتابا نگاه کنم و به نظرم رسید که به رشد فکری خودم کمک کرده و سردرگمی هام کمتر شده، گذاشتن هشدار های مختلف و ترغیب دیگران به نپذیرفتن کورکورانه و استفاده از کلماتی مثل "احتمال"ا، می تونه ضریب تاثیر بد رو کاهش بده.

سطح هفتم در مورد در نظر گرفتن احساسات دیگرانه. سعی میکنم از چشم دیگران به کتابام نگاه کنم و حدس بزنم که چه تجربه ای داشتن. با در نظر گرفتن چیزایی که باعث ایجاد حسای خوب و بد در درونشون شده، میشه کتابای جدید رو به شکل بهتری غربال کرد تا تاثیر بهتری در ذهن خواننده ایجاد بشه.

خیلی دوست دارم که بدونم این روزا توی کدوم سطح تکاملی هستم و کارام چقدر تونسته نتیجه بده. صرفا میدونم آخرین باری که از این موضوع اطلاع پیدا کردم، بین ابعاد ۷ تا ۹ معلق بودم و عمدتا یک عقبگرد تکاملی تا بعد هفتم رو تجربه میکردم در حالی که می‌تونستم تا بعد ۹ هم پیشروی کنم. مشکلم هم دقیقا در ارتباط با دیگران و درک احساساتشون هست. گاهی سطح همدلیم خیلی کاهش پیدا میکنه و نمی تونم درک کنم که چرا بقیه نسبت به من رفتار بدی دارن و سعی میکنن تجربه ی بدی رو برام خلق کنن. این باعث میشه که صرفا به انتقام و خشونت فکر کنم و دوست نداشته باشم که براشون تجربه ی خوبی خلق کنم.

درک احساسات دیگران میشه بعد هفتم و خلق تجربه میشه بعد هشتم. بعد ۹ هم احتمالا در مورد مبارزه با تاثیر انرژی های نابهنجاری هست

که از دنیای بیرون به ما فشار میارن. در واقع در بعد نهم، ما شبیه به یک شوالیه میشیم که در عین اینکه یک نگاه جهان وطنی داره، سعی میکنه تا محدودیت های فرهنگی رو کنار بذاره و پروژه ی خوبی که مد نظر داره رو در هر جامعه ای به اجرا در بیاره.

بعد ۹ هم از اون ابعادیه که می تونم حس کنم خیلی از موجودات این دنیا درگیرش هستن اما تناسخ توی سیارات مختلف یا زندگی با فرهنگای مختلف، میشه گفت یه راه خیلی خوب برای درک اهمیت ابزار این بعد و کار کردن باهاش هست.

در حالی که آرزو میکنم در پایان زندگی زمینی اگه صعود هم نکردم حداقل عقبگرد تکاملی نداشته باشم، مطالعه ی مزیت ابعاد بالاتر از ۹، اشتیاق و امید جدیدی رو درونم درست کرد و "صعود پیدا کردن"، در نظرم مثل گذشته غیر ممکن و ترسناک نیست. مطالعه‌ی مزیت ابعاد

بالاتر برای مایی که هنوز بهشون دسترسی نداریم غیر ممکن نیست و این کار رو میشه به کمک مراقبه هم انجام داد.

در حالت عادی، به صورت ناخودآگاه و در اثر کار کردن مداوم و حداکثری با انرژی عشق، کم کم صعود پیدا میکنیم؛ اما میشه از قبل هم، ابعاد بالاتر رو کمابیش شناخت و با آگاهی بیشتری صعود پیدا کرد یا جلوی عقبگرد تکاملی رو گرفت. این کاری هست که سعی کردم در کتاب هدیه ی عقاب انجامش بدم و در پایان جلد دومش، تا بعد ۲۰ رو یه نظر کلی انداختم. فکر میکنم بعد از تموم شدن این کتاب هم وقت خوبی برای رفتن به سراغ ابعاد بالاترش باشه. شاید هیچ وقت نتونم به ابعاد بالاتر صعود کنم ولی حداقل این مطالعه کمک میکنه تا حدس بزنم که موجوداتی که صعود کردن، چه مزیت هایی رو پیدا میکنن و تجاربشون چه عطر و بویی پیدا میکنه.

این ابزار ها ظاهرا به حدی گسترده هستن که برای یک موجود در حال رشد، هیچ جایی برای کسالت و بیکاری نمیمونه و همیشه می تونن تجربه ی جدیدی از زندگی داشته باشن. می تونن در سلامت روانی زندگی کنن و حس کنن که با خالق خودشون یکی هستن. این جملات، خیلی فرق داره با چیزی که حداقل در سیاره‌ای مثل زمین می‌بینیم.

به رنج نمیشه عادت کرد و فقط روح آدمو میخوره و فرسوده میکنه. اگر راهش برامون روشن بشه، فکر نمیکنم کسی واقعا دلش بخواد مسیر رشد رو پس بزنه. ما عموما وقتی از تلاش دست میکشیم که حس میکنیم دیگه غیر ممکنه که بتونیم تجربه ی خوبی رو به دست بیاریم.

.

.

.

جمع بندی

امشب که مشغول نوشتن جمع بندی کتاب هستم، ویرایش بخش‌های قبلی رو تموم کردم و فکر میکنم یکی دو روزی از تموم شدن این کتاب میگذره. گرچه کتاب کم حجمی به حساب میاد اما حس میکنم که حق مطلب ادا شده و در حال حاضر هم، چیز بیشتر و بهتری که به این موضوع مرتبط باشه در چنته ندارم.

اگر در آینده، چیز بیشتری به ذهنم رسید، در جلد دوم همین کتاب ارائه اش میدم.

دوالیستم در تجربه‌گرایی، در واقع یک نقد در مورد قضاوت‌های رایجی هست که به صورت ناخودآگاه در مورد اتفاقات گذشته و اتفاقات حال حاضر که در زندگی خودمون و دیگران رخ میدن، انجام میدیم.

این قضاوت‌ها، میشه گفت که به طور مستقیم روی تصمیمات و مسیر تکامل ما تاثیر میذارن و میشه گفت که از این بابت مهمن.

صرفا موضوعی هست که فکر میکنم بهتره در موردش تجدید نظر انجام بدم. در مورد ابزارهای فکری هر بعد، فکر میکنم تصویری که ارائه شد، بیشتر اونا رو مثل ابزارهای جداگانه و پراکنده نشون میده، اما به نظر میرسه که ذهن ما یک ابزار یک پارچه‌است که صعود به هر بعد، این ابزار رو ارتقا میبخشه، و تمام ابزارها، در ارتباط با همدیگه کار میکنن.

بعد از این کتاب، تصمیم گرفتم جلد چهارم کتاب هدیه‌ی عقاب رو شروع کنم و بعد ۲۱ و ابعاد بعدی رو به شیوه ی رویابینی و تفسیرخواب مطالعه کنم، با این وجود، بنا به پیشنهادی که از طریق خواب و حس میکنم از استاد نقره‌ای دریافت کردم، سعی میکنم

کتابایی که مثل این بیشتر محتوای تحلیلی دارنو افزایش بدم.

شما میتونید از هر جای دنیا، نظر خودتونو از طریق انرژی ذهنیتون منتقل کنید یا توی رسانه‌هایی که ممکنه بهشون دسترسی پیدا کنم در اشتراک بذارید. امیدوارم که زندگی براتون تجربه‌ی خوبی باشه.